

Reiki Usui Tibetano Nível II

Luis Felipe Ramos
Blumenau - MMXVIII



Sumário

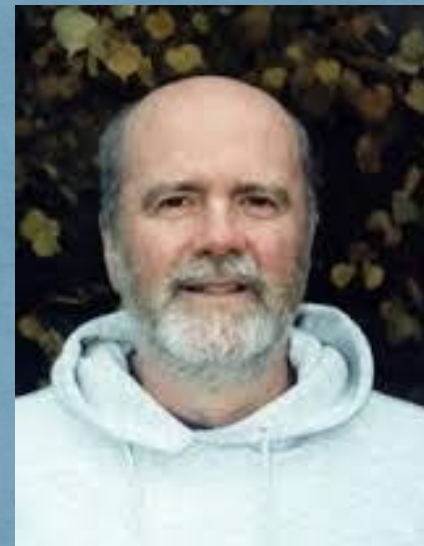
1. Nível II – A Transformação
2. Origem do Reiki Usui Tibetano
3. Definição do Reiki
4. Gokai
5. Pilares do Reiki
6. Símbolos do Reiki
7. - Cho Ku Rei
8. - Sei He Ki
9. - Hon Sha Ze Sho Nen
10. Os símbolos como sinalizadores
11. Atividades com os símbolos
12. Observações sobre os símbolos
13. Técnicas para o Nível II
14. Período de Purificação
15. Linhagem
16. Tarefa do reikiano nível II
17. Informações Adicionais
18. Material de Apoio
19. Bibliografia sobre o Reiki
20. Bibliografia Geral
21. Observações
22. Informações do Mestre
23. Anexo I – Questionário
24. Anexo II – Resumo de Símbolos

Nível II – A Transformação

- O nível II do Reiki está disponível para todos aqueles que fizeram o nível I e querem prosseguir no seu caminho de crescimento. A energia Reiki agora será potencializada, a sua influência alcança os aspectos **emocionais e mentais** e rompe o tempo e o espaço;
- Com esta nova iniciação seu padrão vibratório será novamente elevado e os símbolos estarão disponíveis para o reikiano. Estes símbolos facilitam o envio de energia **a distância**, bem como para o passado e para o futuro, o que amplia o alcance da cura que pode ser oferecido;
- No nível II aprenderemos a reconhecer e a identificar nossos hábitos ou vícios, que nada mais são do que apegos, entenda-se por vícios também os preconceitos e as crenças formadas desde a nossa infância e que nos aprisionam, impedindo nossa realização e felicidade. Aos poucos iremos nos desapegar de tudo que nos sabota e escraviza.
- O foco do trabalho do nível II é a nossa **mente!!** Seus aspectos **conscientes e inconscientes**.

Origem do Reiki Usui Tibetano

- Este sistema foi criado pelo mestre **William Lee Rand** por volta de 1989, ano em que se tornou Mestre em Reiki;
- Foi criado com base no Raku Kei Reiki, ensinado pelos mestres Isis Ishikuro e Arthur Robertson e no Usui Reiki Ryoho, ensinado pela mestra Phyllis Lei Furumoto, neta da mestra Takata;
- Em 1991 criou o **Centro Internacional de Treinamento de Reiki (ICRT)**, onde difunde suas ideias e cursos;
- William é um dos grandes mestres de Reiki e oferece além do Reiki Usui o sistema Karuna Reiki.



William Lee Rand

[Clique para visitar a página do ICRT](#)

[Clique para um vídeo sobre a origem](#)

Definição do Reiki Usui

- Reiki é uma palavra de origem japonesa utilizada para descrever qualquer trabalho de cura que utilizava energia;
- Podemos definir o Reiki de duas formas:
 - a) **como energia**. Nesta forma o Reiki é energia que nasce no chakra cardíaco do reikiano e é oferecido para todos os seres;
 - b) **um Sistema de Energia: Usui Reiki Ryoho**. o Sistema Usui de Cura Natural. Englobando vários métodos, técnicas e práticas que visam a harmonia dos corpos físico, energético, emocional, mental e espiritual dos seres.

Gokai - Os Cinco Princípios do Reiki

- Os princípios do Reiki apresentam-se como uma filosofia de vida:

Kyo dake wa – só por hoje

1. Ikaru na – mantenha-se tranquilo;
2. Shinpai suna – evite preocupações;
3. Kansha shite – seja grato;
4. Gyo-o hage me – cumpra seus deveres;
5. Hito ni shinsetsu ni – seja gentil com todos os seres.

(de manhã e à noite sente-se na posição Gassho e repita essas palavras em voz alta e em seu coração)

[e para ouvir um áudio com os Gokai](#)

Pilares do Reiki

- São três técnicas básicas que todo reikiano deve colocar em prática:
 1. **Meditação Gassho** – Gassho significa: duas mãos juntas, unidas ou em prece. Segundo as orientações do Mestre Usui, é a primeira coisa que devemos fazer antes de aplicarmos energia Reiki. É um auxílio para acessar um estado mais apropriado antes da aplicação do Reiki e também para o seu dia-a-dia;
 2. **Reiji-ho** - A Indicação da Alma, é técnica que nos conecta com nosso Eu Superior, aumentando o uso de nossa intuição;
 3. **Chiryō** - é a aplicação completa do Reiki.

Símbolos do Reiki

- O Reiki utiliza uma série de símbolos para aumentar a eficiência e o alcance da aplicação. Eles são disponibilizados a partir do nível II. Os símbolos não são secretos;
- Utilize-os com respeito, cuidado e atenção mas sem excessos;
- Os símbolos podem ser traçados com as mãos, com a língua no céu da boca ou mentalizados;
- Deixe guiar-se pela sua intuição na utilização dos símbolos, bem como durante a aplicação do Reiki;
- Ao pronunciar o nome do símbolo faça-o de forma completa, não adianta pronunciar a abreviatura, como CKR no lugar de Cho Ku Rei;
- Os símbolos não controlam o Reiki, eles facilitam o trabalho do reikiano.

Símbolos do Reiki

- Os símbolos foram introduzidos no Reiki inicialmente pelo mestre Usui para facilitar o desenvolvimento dos reikianos;
- Não existe uma ordem obrigatória para a sua utilização, use sua intuição;
- Os símbolos são fundamentais para o reikiano iniciante, usá-los, trabalhar com eles e treinar o seu traçado facilita o processo de adaptação da energia que recebemos na iniciação;
- Depois de algum tempo vamos deixando-os de lado, adotando uma atitude mais intuitiva.

Traçando os Símbolos do Reiki

- O traçado dos símbolos deve, como sugestão, ser feito com a mão em concha, com os dedos unidos;
- Desta forma unimos todos os centros de energia que fazem parte de nossa mão para que atuem como um só, concentrando mais o Reiki que flui;
- Efetue o traçado sem pressa, permitindo que a energia flua no tempo adequado.



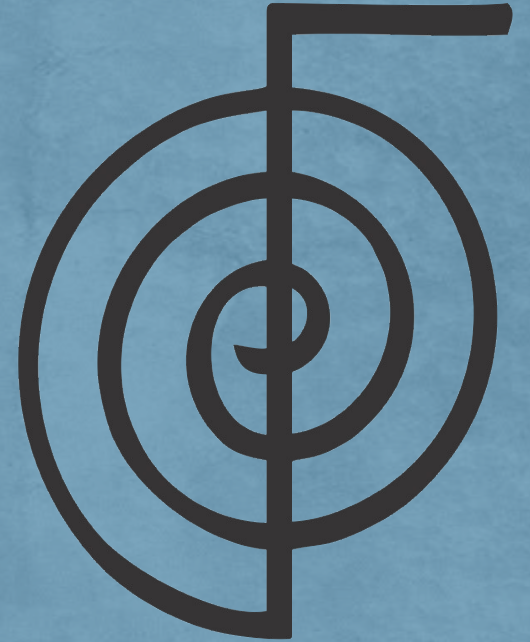
1º Símbolo – Cho Ku Rei

- O Cho Ku Rei é o símbolo ligado ao mundo material, ligado ao nosso corpo físico e energético;
- Ele **concentra** a energia do Reiki no centro da espiral;
- É um símbolo de origem Taoísta, Xintoísta e Budista;
- Existem muitas aplicações para o CKR, mas todas são derivações da sua função básica: **concentrar energia**;
- Ao concentrar energia Reiki em um determinado ponto ele eleva a vibração dos corpos e objetos, promovendo energização e proteção, entre outros;
- Existem muitas interpretações sobre o símbolo CKR e também muito misticismo ligado a ele.



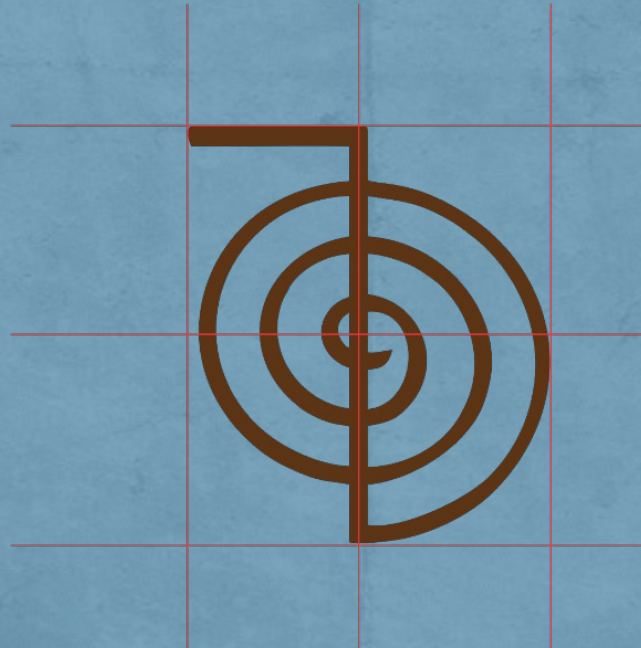
Cho Ku Rei sentido horário

- É comum o reikiano encontrar o Cho Ku Rei traçado ao contrário, ou seja, no sentido horário.
- Isto está baseado na suposição que a direção da espiral iria concentrar ou espalhar a energia de acordo com o hemisfério planetário, Norte ou Sul, que reikiano se encontrasse no momento.
- O Cho Ku Rei no sentido horário é indicado para uso no Hemisfério Norte. Mas é uma indicação, não existe uma comprovação de que a inversão no sentido seja essencial para o funcionamento.



Traçando o Cho Ku Rei

- Com a mão em forma de concha, comece pelo nº 1, depois desça e faça a espiral, termine um pouco depois do centro;
- Observe o equilíbrio do traçado, a retidão das linhas horizontal e vertical;
- A proporção correta do símbolo é um ponto muito importante, principalmente no ato de desenhar o mesmo.



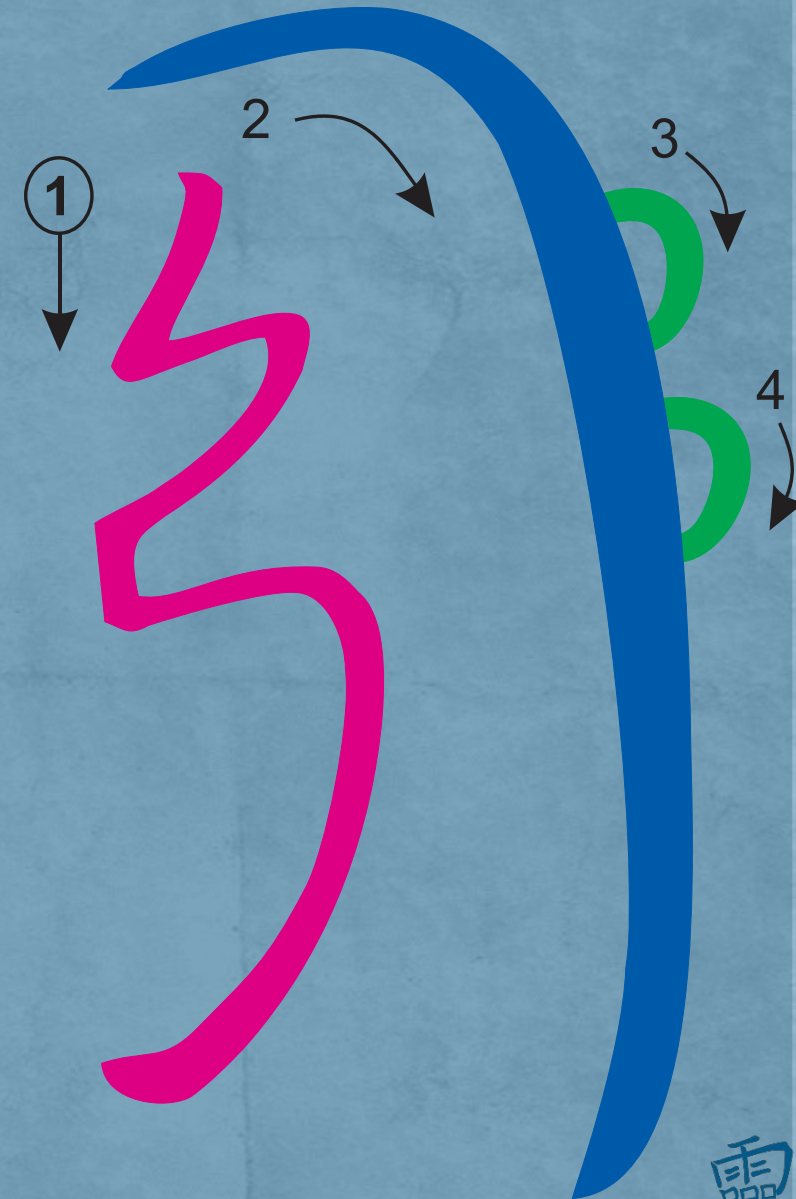
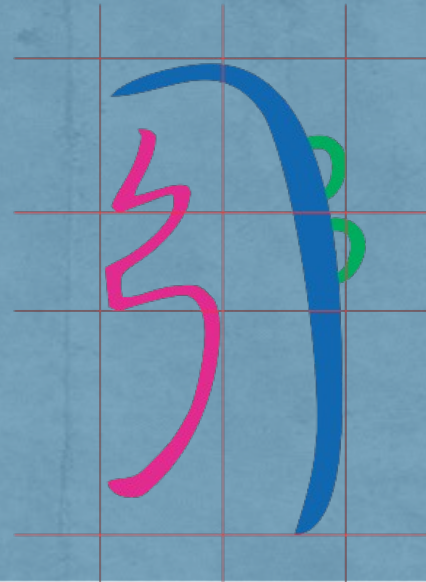
2º Símbolo – Sei He Ki

- O Sei He Ki está ligado ao nosso aspecto emocional;
- Ele vai atuar transmutando as energias ligados as emoções.
- Sua atuação equilibra e harmoniza as nossas emoções;
- O SHK deriva de um siddham, o Hrih uma antiga forma de escrita indiana. Também chamada de sílabas-semente (ou Bija) e que foi incorporado ao Budismo japonês onde pode ser encontrado como Kiriku;



Traçando o Sei He Ki

- Para traçar o Sei He Ki comece, com a mão em concha no ponto 1 e desça até o final da linha rosa. Depois, no ponto 2 faça a curva azul. Ao final trace os dois semicírculo verdes;
- Em algumas versões a linha rosa é dividida em várias partes, mas isto não afeta o resultado;
- Cuidado com a proporção e o equilíbrio das linhas ao traçar.



Sei He Ki e Conflitos

- Uma excelente aplicação para o Sei He Ki é em situações de conflito, onde a energia se dirige mais para o plano emocional;
- Nestas situações faça o seguinte:
 1. Imagine um **Sei He Ki** entre você e a pessoa, ou pessoas envolvidas, e se for possível trace-o com a mão e visualize-o crescendo, se posicionando entre todos os envolvidos. Ele vai transmutar toda a energia negativa presente;
 2. Não é preciso colocar sua intenção no processo, apenas trace o símbolo e deixe-o atuar.



3º Símbolo – Hon Sha Ze Sho Nen

- O Hon Sha Ze Sho Nen é o símbolo do Reiki ligado ao aspecto mental, a nossa mente e pensamentos;
- Ele simboliza o rompimento do espaço-tempo. Isto está relacionado a nossa mente que também está livre do tempo, ela se movimenta para o presente, passado e futuro;
- O Hon é uma frase criada pelo mestre Usui usando kanjis:

A origem do ser humano não está longe da consciência do Buda!

- Encontramos uma ótima referência e análise em:
O Grande Livro dos Símbolos do Reiki, capítulo 15, página 241.

本
者
自
在
念

3º Símbolo – Hon Sha Ze Sho Nen

- Para facilitar a memorização da pronúncia do nome efetue-a lentamente, um kanji de cada vez:

Hon (pausa) – Sha (pausa) – Ze (pausa) – Sho (pausa) – Nen;

- O Hon cumpre uma importante função inicial por facilitar o envio a distância, mas com o tempo, e a prática, ele se torna dispensável.

本
者
止
念

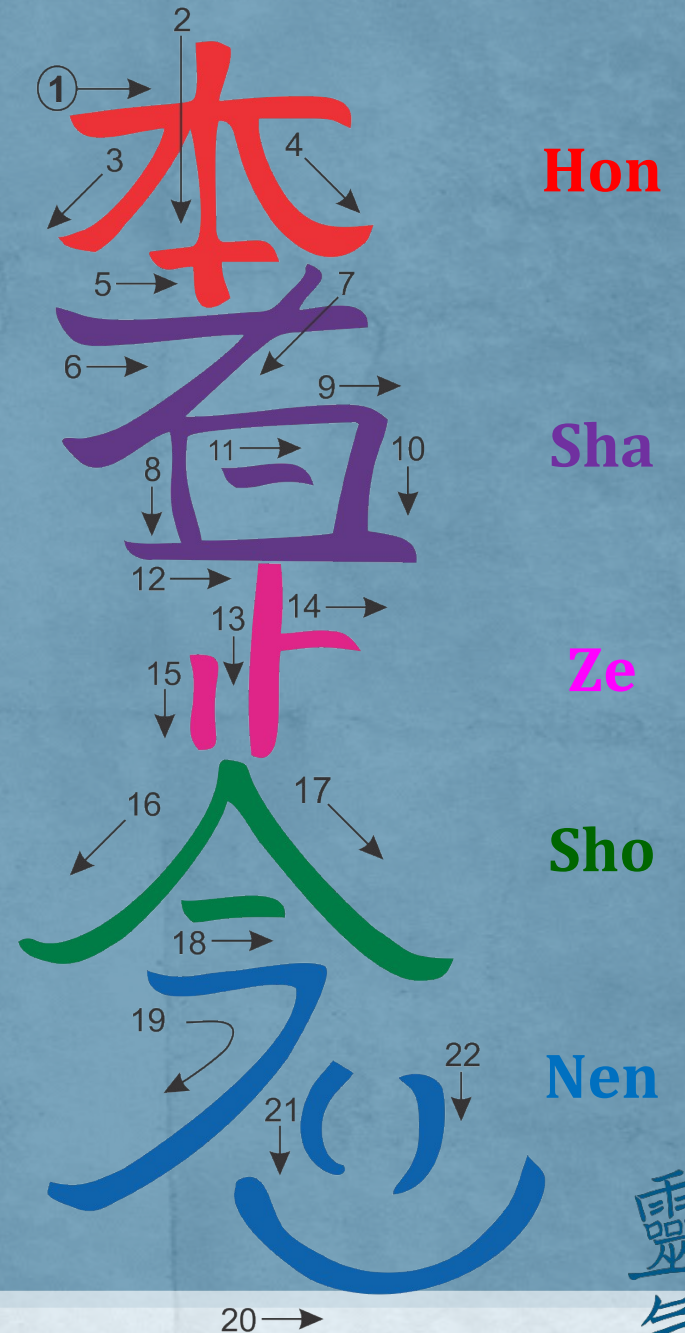
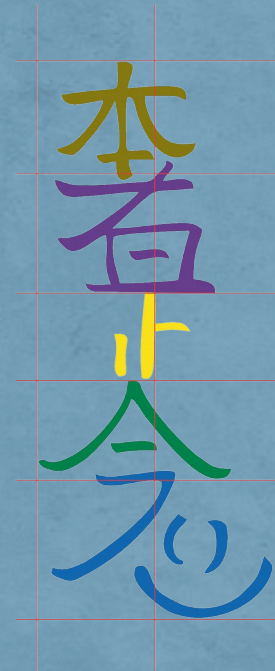
Obs: Ze pronuncia-se: Se

www.reikipro.wordpress.com

靈
氣

Traçando o Hon Sha Ze Sho Nen

- O traçado do Hon Sha Ze Sho Nen é o traçado detalhado dos vários kanjis que o compõem;
- Cada traçado um kanji e também uma parte do nome;
- É importante o treino e a repetição do traçado, até que a memorização ocorra;
- Existem muitas versões do HSZSN, o reikiano deve usar aquela com a qual foi sintonizado;
- Cuidado com a proporção e o equilíbrio das linhas ao traçar.



Técnica do Portal do Hon Sha Ze Sho Nen

- Esta técnica tem como objetivo limpar um ambiente, afastando as influências energéticas negativas presentes:
 1. Trace o Hon Sha Ze Sho Nen e pronuncie o seu nome 3x;
 2. Visualize a abertura de um Portal Energético no local;
 3. A seguir visualize este Portal Energético absorvendo as energias ou presenças espirituais, levando-as para um local mais apropriado, é possível fazer uma afirmação verbal para que isto ocorra;
- Em algumas situações será necessário repetir este procedimento mais de uma vez.

本者止念

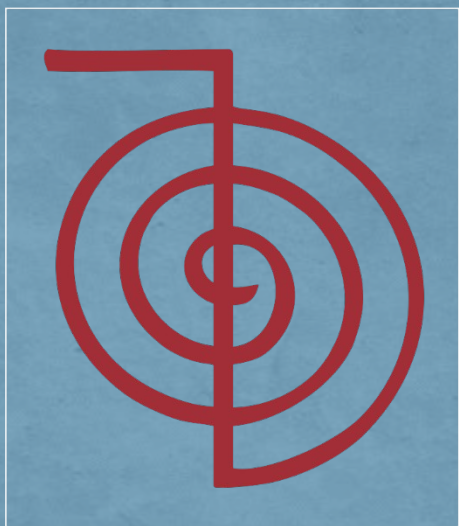
Os símbolos como sinalizadores

- Uma das funções mais interessantes oferecidas pelos símbolos é a de agirem como sinalizadores.
- Durante uma aplicação os símbolos surgem na sua tela mental, ou então o reikiano ouve o nome deles mentalmente.
- Nestes momentos devemos suspender a aplicação e traçar o símbolo no ar, verbalizando o seu nome 3x, em seguida empurramos o símbolo para o ponto de aplicação.
- Esta atividade nos sinaliza **o tipo de energia** necessário no ponto de aplicação, de acordo com a finalidade de cada símbolo: físico ou energético no CKR, emocional no SHK e mental no HSZSN.

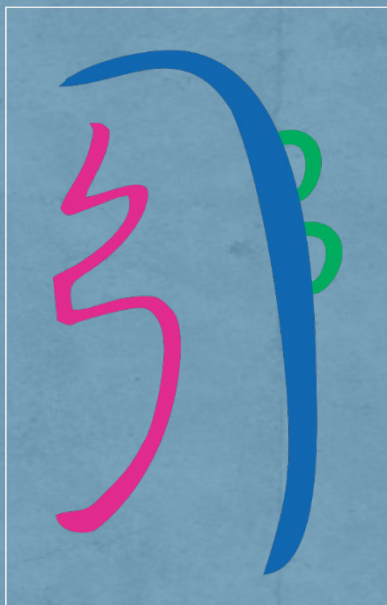
Os símbolos como sinalizadores

- Indicam o tipo de energia que flui em determinado ponto de aplicação.

Físico e energético



Emocional



Mental



Atividades com os símbolos

- Existem uma série de atividades a serem desenvolvidas com os símbolos do Reiki. Elas vão intensificar a atuação da energia e permitir que você entre em sintonia com a vibração do símbolo;
- Você pode efetuá-las com todos os símbolos do Reiki que você possui: Hon Sha Ze Sho Nen, Sei He Ki e Cho Ku Rei ou mesmo símbolos de outros sistemas, como o Karuna Ki por exemplo;
- Dedique uma especial atenção a estas atividades, elas vão facilitar muito a ancoragem da energia e a remoção de bloqueios do reikiano ligada a cada símbolo;
- As atividades são: **meditação, desenho e verbalização.**

Meditação com os símbolos do Reiki

- Uma boa forma de compreendermos e integrarmos-nos com os símbolos do Reiki é a prática da meditação, com ela você terá uma integração maior com a energia do símbolo e com o que ele significa.
- Execute-a diariamente logo após a sua iniciação;
- Comece com o **CKR** e depois de uma semana passe para o **SHK** e depois de mais uma semana faça com o **HSZSN**;
- Existem duas formas muito fáceis de efetuar a meditação, experimente as duas e use a que você gostar mais;
- Vamos conhecê-las a seguir:

- 1º Estilo:

1. Respire lenta e profundamente três vezes;
2. Inspire e mantenha o pulmão cheio alguns segundos. Expire e mantenha o pulmão vazio alguns segundos;
3. Trace o símbolo escolhido acima de sua cabeça com a mão em concha. Mantenha a mão energizando o símbolo por alguns instantes;
4. Ao inspirar, visualize o símbolo escolhido entrando pelo seu chacra coronário, no topo da sua cabeça, impregnando todo o seu ser, como se o estivesse vestindo;
5. Expire lentamente;
6. Fique aberto e receptivo, apenas observe;
7. Permaneça de 5 a 15 minutos neste estado.

- 2º Estilo:

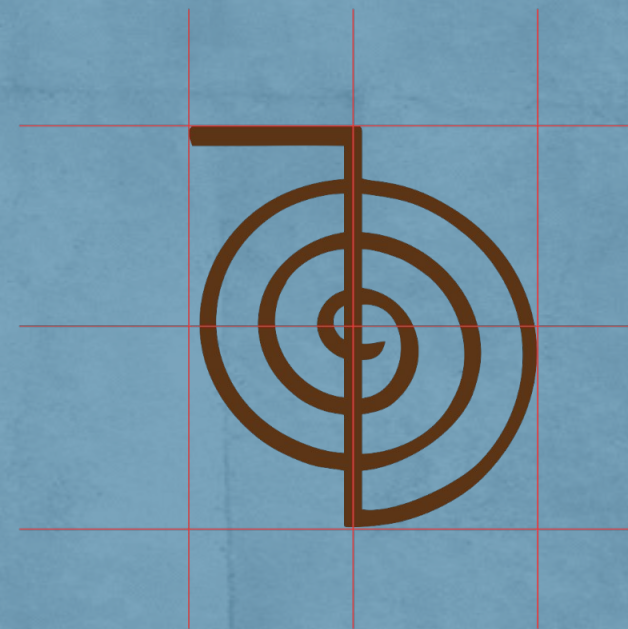
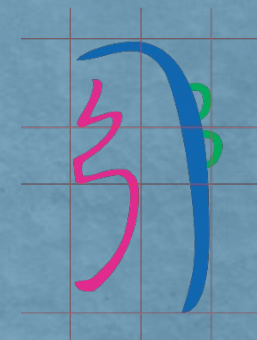
1. Respire lenta e profundamente três vezes;
2. Inspire e mantenha o pulmão cheio alguns segundos. Expire e mantenha o pulmão vazio alguns segundos;
3. **Trace o símbolo** escolhido, com a mão em concha, na altura dos seus olhos. Mantenha a mão energizando o símbolo por alguns segundos;
4. Faça um movimento para pegar o símbolo e coloque-o em seu **chakra frontal**, entre as suas sobrancelhas;
5. Fique aberto e receptivo, **apenas observe**;
6. Permaneça de 5 a 15 minutos neste estado.

Meditação do chakra cardíaco com SHK

- O símbolo **Sei He Ki** se oferece uma excelente oportunidade de ser usado em uma meditação quando colocamos ele em nosso chakra cardíaco. Estaremos harmonizando e equilibrando este ponto tão fundamental:
1. Respire lenta e profundamente três vezes;
 2. Inspire e mantenha o pulmão cheio alguns segundos. Expire e mantenha o pulmão vazio alguns segundos;
 3. Trace o símbolo **SHK**, com a mão em concha, na altura do chakra cardíaco. Mantenha a mão energizando o símbolo por alguns segundos;
 4. Faça um movimento para pegar o símbolo e coloque-o em seu **chakra cardíaco**;
 5. Fique aberto e receptivo, **apenas observe**;
 6. Permaneça de 5 a 15 minutos neste estado.

Desenhando os símbolos

- Outra forma muito prática de integrar a energia dos símbolos é desenhá-los:
 1. Use lápis preto, lápis de cor, giz de cera ou canetinhas coloridas;
 2. Compre um bloco de folhas, A4 ou A3, com gramatura alta e faça diversos experimentos. Desenhe símbolos de vários tamanhos e use os lápis e canetas para colori-los, deixe sua imaginação fluir;
 3. Faça vários desenhos, use sua criatividade e, ao final, cole-os nas paredes de sua casa, nas portas do guarda-roupa ou em outro local que considerar adequado;
 4. Ao desenhar observe a proporção, o equilíbrio e simetria das linhas e componentes dos símbolos.



Exemplo



Verbalizando o nome dos símbolos

- Você pode interagir com a energia do símbolo verbalizando o nome do mesmo durante alguns minutos;
- Procure **variar** a entonação e a duração de cada nome;
- Fale em voz alta, sussurre e fale mentalmente o nome de cada um deles;
- Verbalize lentamente, pausadamente, cada parte do nome dos símbolos. Isto ajuda bastante com a pronúncia, principalmente no caso do Hon Sha Ze Sho Nen;
- Trabalhe cada símbolo sem pressa;
- Faça isto com cada um dos símbolos, reserve ao menos **uma semana** para cada um;
- Exemplo: Seiiiiiii He Kiiiiiii.

Dificuldades com os símbolos

- A medida que você colocar em práticas as atividades sugeridas: meditação, desenho e verbalização, poderá encontrar dificuldades neste processo;
- As dificuldades encontradas dizem respeito a bloqueios energéticos na área de atuação do símbolo;
- Isto serve como um auxílio no processo de crescimento e autoconhecimento;
- Retome a atividade que apresentou dificuldade com mais empenho, dedicação;
- Leia sobre o significado do símbolo que apresentou o problema e verifique como você pode ligar esta informação com a sua vida ou com o momento que está vivenciando;
- Esta dificuldade ocorre com mais intensidade após a iniciação mas pode surgir posteriormente.

Observações sobre os símbolos

1. O nome dos símbolos **não são mantras**;
2. O desenho dos símbolos **não são yantras**;
3. Use os símbolos com atenção, mas não alimente crenças limitantes em relação a eles;
4. Não crie uma dependência mental ou emocional com os símbolos. Eles são auxiliares no seu desenvolvimento, **mas não são o Reiki**;
5. Dificuldades no traçar do símbolo indicam dificuldades com a energia na área de atuação do símbolo, quando isto ocorrer trabalhe mais com o símbolo;
6. Trace os símbolos sem pressa, preste bastante atenção neste momento.

Técnicas para o Nível II

1. Chiryô;
2. Técnicas de Envio a Distância;
3. Técnica do Caderno;
4. Técnica da Caixa;
5. Técnica da Programação do Reiki;
6. Técnica do Reiki Contínuo;
7. Hatsurei-ho;

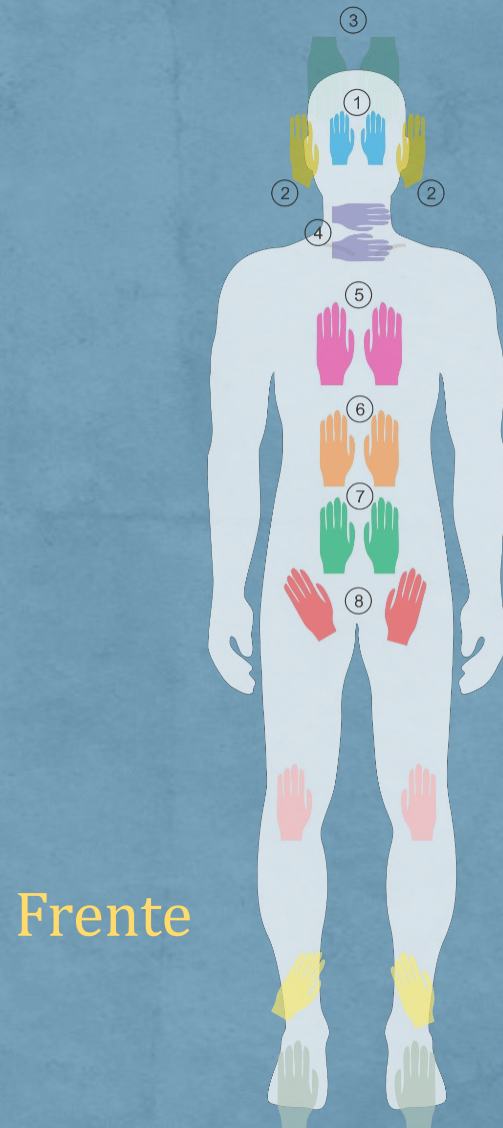
Chiryô

- A **aplicação completa** do Reiki consiste na imposição de mãos sobre os pontos básicos de aplicação;
- Com o tempo, a medida que você for desenvolvendo a sua intuição, o Chiryô se torna a aplicação nos pontos necessários. Não é preciso aplicar em todos os pontos básicos mas apenas naqueles que o reikiano perceber a necessidade;
- No nível II podemos usar os símbolos na aplicação para facilitar o fluir da energia. Isto pode ser feito **antes de começar, durante a aplicação** ou então usando **as duas formas mencionadas: antes e durante**.

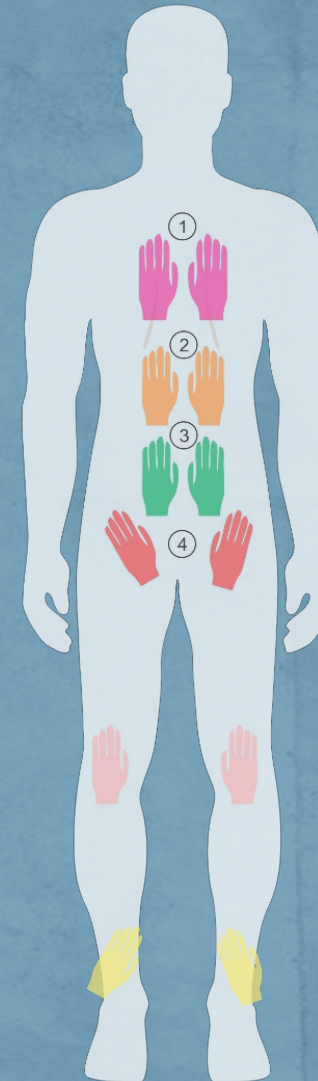
A Imposição de Mãos

- Na aplicação do Reiki não existem posições definitivas mas algumas são **recomendadas**, além disto a sensibilidade, a intuição do reikiano, pode levar as mãos para locais diferentes e que estão necessitando de energia no momento;
- A aplicação nas regiões das costas é opcional;
- No **nível II o toque** não é mais necessário, mas pode ser feita e o reikiano preferir;
- Neste nível o trabalho das mãos do reikiano se amplia bastante, as mãos podem vibrar, se aproximar ou se afastar de um ponto, podem ficar mais rígidas ou então os dedos podem se afastar.
- Ocasionalmente as mãos assume a forma de mudrás;
- Quem vai receber o Reiki pode estar sentado, deitado em um sofá, uma cama ou uma maca;
- Procure sempre a melhor posição para quem vai receber e para quem vai aplicar;
- Não há necessidade de retirar objetos pessoais, a menos que gerem desconforto.

Chiryō – Pontos de Aplicação



Frente



Costas

Posições de Aplicação - Cabeça

- Posição **nº 1** – relaxa, dissolvendo a tensão e o medo. Atua sobre o nariz, olhos, face, dentes e mandíbulas, age também sobre as glândulas pineal e pituitária;
- Posição **nº 2** – atua sobre a memória e sincroniza os hemisférios cerebrais, direito e esquerdo. Atua sobre dores de cabeça e ouvidos;
- Posição **nº 3** – relaxa, dissolve a tensão e acalma a mente. Boa para dores de cabeça;
- Posição **nº 4** – aumenta a confiança em si mesmo e melhora também o respeito por si próprio. Atua sobre problemas de garganta, amídalas e tireoide.

Posições de Aplicação - Frente

- Posição **nº 1** – intensifica o amor, a confiança e a harmonia. Atua sobre os pulmões e sobre o sistema cardiovascular, afeta a glândula do Timo;
- Posição **nº 2** – dispersa o medo e a tensão. Atua sobre o fígado, estômago, vesícula biliar, baço e trato digestivo;
- Posição **nº 3** – dispersa temores e tensões sexuais. Atua sobre o fígado, estômago, vesícula biliar, baço e trato digestivo;
- Posição **nº 4** – dispersa temores. Atua sobre os ovários e útero nas mulheres, próstata nos homens e bexiga e trato digestivo em ambos.

Posições de Aplicação - Costas

- Posição **nº 1** – dissolve a tensão e promove o relaxamento, atuando sobre a coluna vertebral e problemas do pescoço;
- Posição **nº 2** – igual a frontal nº 2;
- Posição **nº 3** – igual a frontal nº 3 e atua sobre os rins;
- Posição **nº 4** – igual a frontal nº 4.

Posições de Aplicação - Extras

- Os joelhos, tornozelos e pés não são posições tradicionais, mas são muito importantes e o seu uso deve ser considerado com atenção:
 1. A posição dos **joelhos** diz respeito a aceitação daquilo que a vida nos oferece, que Deus nos oferece;
 2. Nos **tornozelos** temos geralmente um acúmulo de energias;
 3. E a posição dos **pés** afeta a ligação da pessoa com o planeta, com o mundo físico.

Ritual para a aplicação do Reiki - Chiryô

- A execução da aplicação é muito simples, tanto em si mesmo, auto-aplicação, quanto em outras pessoas. Cada reikiano pode desenvolver o seu próprio estilo;
- Este ritual é uma sugestão, uma sequência, para tornar mais produtiva a aplicação:
 1. Uma rápida meditação Gassho (2-3 min);
 2. Reiji-ho, a Indicação da Alma solicitando que a energia flua de acordo com a necessidade de quem vai receber o Reiki;
 3. Pedido de presença de Mestres do Reiki e demais Divindades de sua preferência;
 4. Trace os símbolos do Reiki e verbalize o nome deles 3x;
 5. faça a imposição de mãos nos pontos básicos;
 6. ao final, em Gassho, agradeça a pessoa que recebeu e a todos os Mestres e Divindades que você solicitou a presença.

Convite, Pedido de Permissão ou Oração

- Você pode fazer uma oração, um convite ou um pedido de permissão para a pessoa em quem você vai aplicar o Reiki, presencial ou a distância;
- Isto pode ser feito **verbal ou mentalmente**, esta segunda alternativa é mais interessante pois o contato pode ser feito com o **Eu Superior** da pessoa, a sua Consciência Superior, a Alma, Self ou Mônada, conforme a sua crença particular;
- Embora não seja obrigatório, este procedimento nos conecta com o momento presente, com o Agora, e nos deixa mais tranquilos para a aplicação;
- Quando for em uma aplicação presencial isto faz com que a pessoa fique mais presente.

Gráfico da aplicação

- Representa os 3 momentos principais da aplicação;
- O ponto inicial representa o momento em que colocamos as mãos e o Reiki começa a fluir. Em seguida a energia aumenta até atingir o ápice, depois a energia vai decrescendo até parar (hora de trocar o ponto de aplicação).

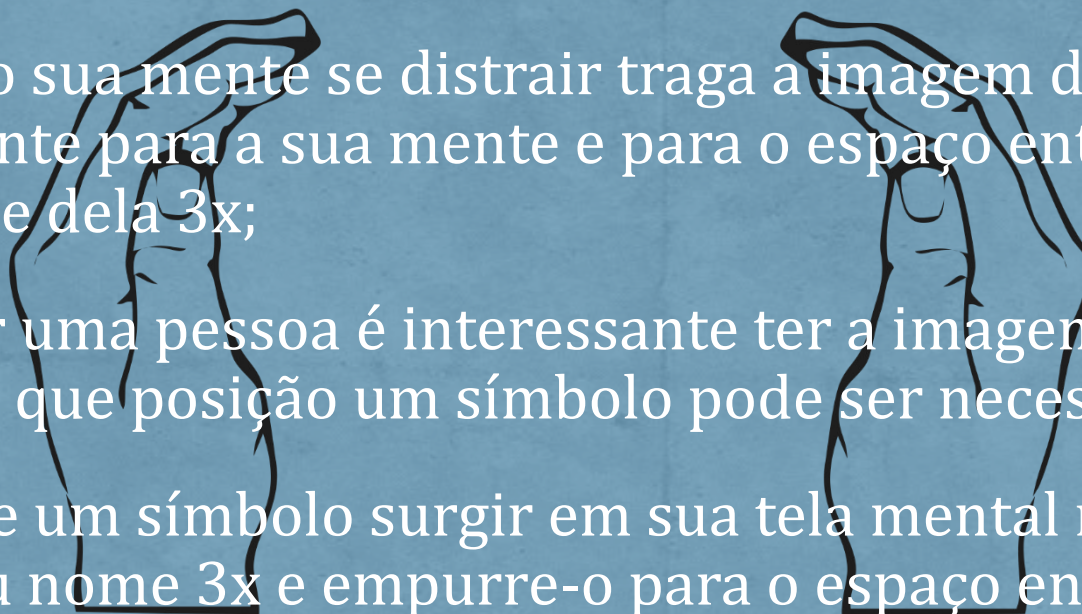


Técnicas de Envio a Distância

- O envio a distância é uma das grandes vantagens do nível II. Ele abre mais possibilidades para o trabalho do reikiano e para compartilhar a energia;
- Existem algumas técnicas disponíveis, embora cada uma tenha seus pontos de destaque e cada reikiano deva experimentar cada uma delas a **Técnica da Redução** é a mais interessante e **recomenda-se** o seu uso;
- A utilização dos símbolos durante o envio é indicada no começo, até que o novo reikiano desenvolva as habilidades do nível II. Isto pode ser feito **antes do envio** ou então **antes e durante o envio**. Neste último caso a intuição do reikiano vai indicar qual o símbolo necessário. Experimente;
- Lembre-se também que no nível II o Reiki pode fluir para o passado e o futuro.

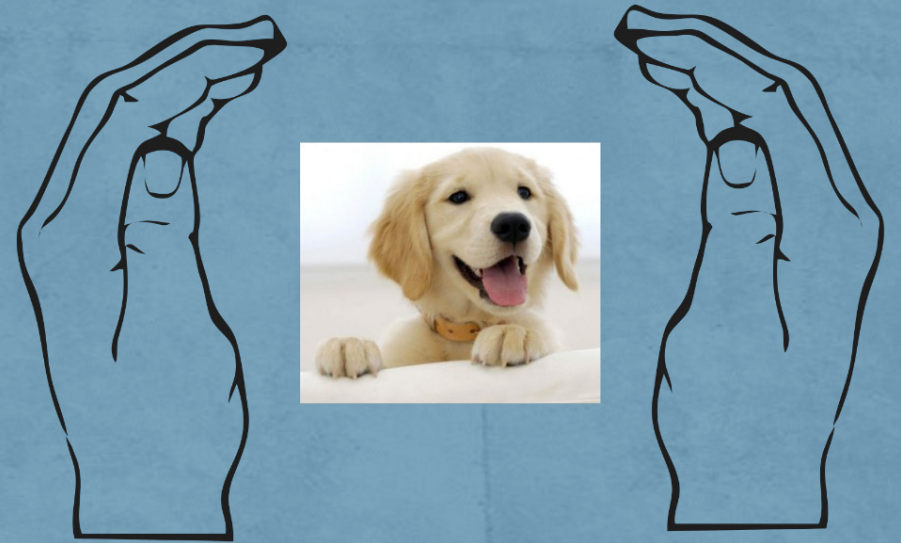
Técnica da Redução

- Nesta técnica o reikiano vai **visualizar** a pessoa, situação, objeto ou local para o qual deseja enviar Reiki entre as suas mãos, colocadas em concha na altura do cardíaco;
- Se durante o envio sua mente se distrair traga a imagem da pessoa para quem está enviando novamente para a sua mente e para o espaço entre suas mãos, fale novamente o nome dela 3x;
- Quando visualizar uma pessoa é interessante ter a imagem do corpo todo entre suas mãos, observe em que posição um símbolo pode ser necessário;
- Durante o envio se um símbolo surgir em sua tela mental retire uma das mãos, trace o símbolo, fale o seu nome 3x e empurre-o para o espaço entre as mãos e continue o envio. Faça isso quantas vezes sentir necessidade;
- É a melhor técnica para o envio a distância. O processo de visualização pode ser trabalhoso no começo mas é recompensador.



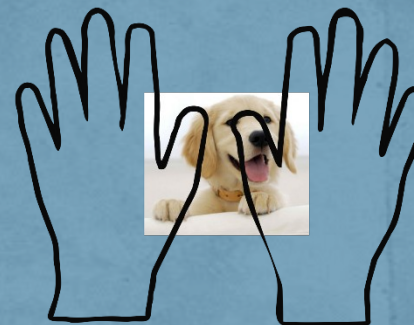
Técnica da Redução - execução

- Trace os símbolos HSZSN, SHK e CKR e fale o nome deles 3x;
- Fale o nome da pessoa, do objeto, local ou situação 3x;
- Permaneça enviando por 10-15 minutos;
- Quando terminar abra as suas mãos e sopre em direção ao espaço, finalizando o processo;
- Lave suas mãos ao final para se desconectar.



Técnica da Foto

- neste caso vamos utilizar uma foto da pessoa, local, situação ou objeto para o qual enviaremos Reiki. O ideal é uma **foto atual**, no caso de uma foto antiga o Reiki irá para o passado;
- A foto pode ser colocada **entre as suas mãos**, **sobre as suas mãos** ou então **sob uma superfície** e as mãos colocadas em concha sobre ela;
- trace os símbolos HSZSN, SHK, CKR e fale o nome deles 3x. Olhe a foto e fale o nome do receptor 3x. Efetue o envio do Reiki durante 10-15 min.



Técnica do Substituto

- Para esta forma utilizamos uma **boneca, um urso de pelúcia** ou mesmo um travesseiro, como substituto da pessoa que vai receber o Reiki;
- Esta forma de envio atua principalmente sobre **o corpo físico**, sobre órgãos e membros doentes;
- Trace o HSZSN, SHK e o CKR e fale o nome 3x, visualize a pessoa e fale o nome dela 3x;
- Faça a aplicação no substituto durante 10-15 min. Pode ser uma aplicação completa ou então sobre o local necessário;
- Se durante o processo a sua mente se distrair fale o nome da pessoa para quem está enviando novamente 3x;
- Ao final lave suas mãos para desconectar-se.

Técnica da Correspondência ou Técnica do Joelho

- Nesta forma vamos utilizar **as nossas pernas e nossos joelhos** como ligação com a pessoa para quem enviamos o Reiki;
1. trace os símbolos HSZSN, SHK, CKR e fale o nome dos símbolos 3x;
 2. coloque suas mãos em forma de concha **sobre o joelho direito**. **Afirme 3x**, que ele corresponde as quatro **posições da cabeça**, mantenha as mãos nesta posição de 3 a 5 minutos;
 3. leve as mãos para a **coxa direita**, uma após a outra, sem levantá-las. **Afirme 3x** que esta posição corresponde as **quatro posições da frente do corpo**. Mantenha as mãos nesta posição de 3 a 5 minutos;
 4. leve as mãos para a **coxa esquerda**, uma após a outra. **Afirme 3x** que esta posição corresponde as quatro **posições das costas**. Mantenha as mãos nesta posição de 3 a 5 minutos;
 5. leve suas mãos para o joelho esquerdo, uma após a outra. **Afirme 3x** que esta posição corresponde as **posições dos membros inferiores**. Mantenha as mãos nesta posição de 3 a 5 minutos;

Técnica do Reiki Contínuo

- Esta técnica tem como objetivo a tomada de consciência por parte do reikiano de que o Reiki flui 24 horas por dia sem qualquer controle e sem necessidade de símbolos;
- Como fazer:
- repita três vezes a afirmação:

Envio Reiki continuamente para todos os que necessitam;

- Execute esta ação sempre em número de três.
- Faça isto várias vezes ao longo do dia e observe os efeitos em si mesmo e ao seu redor.

Técnica de Programação do Reiki

- É possível efetuar uma programação do Reiki. Isto serve para organizar melhor o tempo do reikiano e também para que o mesmo não se esqueça de fazer o envio para uma atividade importante no futuro, tal como uma reunião ou entrevista.
- Exemplos:
 - a. programo uma aplicação de Reiki de hora em hora a partir de 10:15 hs por uma semana para fulano (repetir 3x);
 - b. programo uma aplicação de Reiki para o dia 12 de setembro de 2020 (uma data futura) as 10:00 hs para beltrano (repetir 3x);
- Em seguida use a **Técnica da Redução**. Permaneça enviando por 5-15 min.

Observações sobre o Envio a Distância

- A Técnica do Joelho, reduz o tempo da aplicação e é mais indicada para a auto-aplicação;
- Combine com a pessoa o envio a distância, para que ela esteja receptiva no momento do envio e consiga observar o fluxo de energia;
- O envio do Reiki nunca irá causar algum mal, coisas ruins que ocorrem são sintomas de purificação, o que é muito desejável embora possa ser intenso;
- Treine o envio através da Técnica da Redução, é a mais indicada das técnicas;
- Comece fazendo envios para você mesmo, para o passado, presente e futuro;
- Use todos os símbolos no começo dos envios, independente das técnicas, mas aos poucos flexibilize esta prática e deixe a sua intuição fluir;
- Busque um local onde não seja interrompido ao efetuar o envio;
- Observe que o reikiano nível II envia Reiki a distância para uma pessoa de cada vez;
- Ao final de um envio a distância lave suas mãos para cortar o vínculo energético.

Hatsurei-Ho

- Significa exteriorizar energia. Consiste do conjunto de quatro técnicas, são elas na sequência de execução:
 1. Kenyoku-ho - Banho Seco;
 2. Meditação Gassho;
 3. Reiji-ho – Indicação da Alma;
 4. Joshin-kokyuu-ho – técnica de respiração.

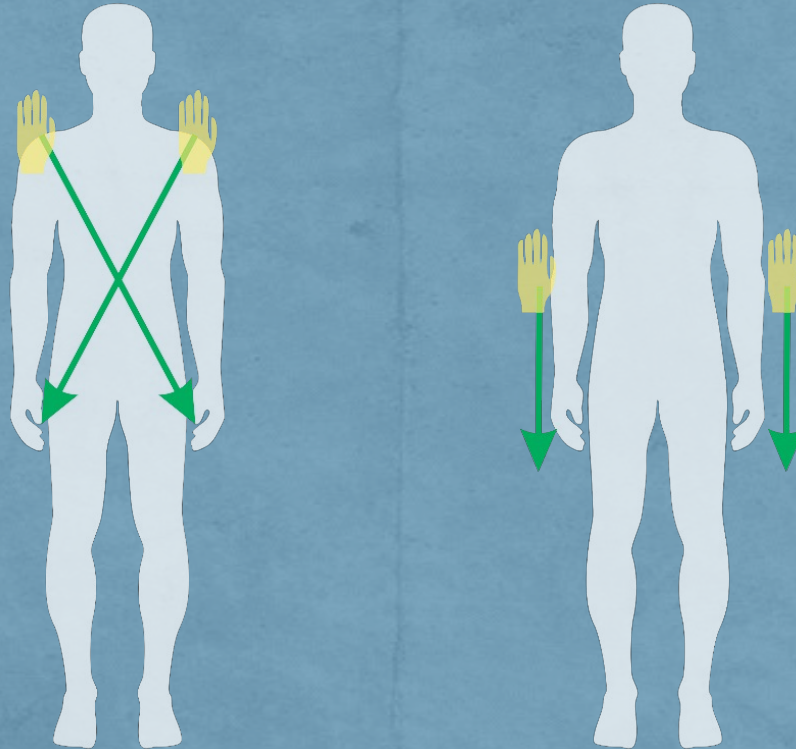
Obs: Ho, significa técnica.

Kenyoku-ho - Banho Seco

- a) Fique em pé, com as plantas dos pés tocando bem o chão, o corpo bem relaxado e as pernas um pouco afastadas, numa distância equivalente a largura dos ombros;
- b) Tocar com a mão direita o ombro esquerdo, em seguida deslizar com a mão em diagonal, como se estivesse desenhando uma faixa, na direção do quadril direito;
- c) Tocar com a mão esquerda o ombro direito, deslizando em direção ao quadril esquerdo;
- d) Repetir o processo “b” mais uma vez;
- e) Tocar novamente com a mão direita o ombro esquerdo, ou o meio do antebraço, deslizando rapidamente pela lateral externa, para baixo, passando pelo pulso em direção a ponta dos dedos, que devem estar esticados;
- f) Fazer o mesmo com a mão esquerda, deslizando-a rapidamente para baixo até as pontas dos dedos, repetir mais uma vez;
- g) Agradecer em Gassho.

Kenyoku-ho - Banho Seco

- Para retirar qualquer energia negativa, estagnada, absorvida em uma sessão de Reiki ou mesmo no dia-a-dia, além de nos desconectar do receptor. Pode ser utilizada antes e após a aplicação.



Meditação Gassho

1. Sente-se com os olhos fechados, coluna reta e as mãos postas diante do peito, em oração;
2. **Concentre** toda atenção no ponto onde os **dois dedos médios se tocam**. Para qualquer coisa que entrar no seu campo de atenção aperte os dedos médios. Se surgirem pensamentos, emoções, sons, cheiros: apenas aperte os dedos médios;
3. O tempo recomendável é de pelo menos **15 min** diários;
4. Se manter as mãos diante do peito durante a meditação lhe causar dor ou algum incomodo leve-as lentamente, mas unidas, a descansar sobre o colo;
5. Fenômenos energéticos também podem ocorrer, como o aquecimento das mãos ou da coluna e do centro cardíaco. Apenas observe essas alterações e volte sempre a atenção ao ponto de contato dos dedos médios.

Reiji-ho

- Coloque as mãos no peito em forma de oração, Gassho;
- Aguarde alguns instantes para que o Reiki flua e se concentre nas suas mãos;
- Leve as mãos unidas até o chakra frontal, toque-o com os polegares;
- Faça um pedido mentalmente. Pode ser um pedido pela cura e bem-estar da pessoa em quem vai aplicar o Reiki, um pedido de orientação para você, a pura manifestação do Reiki, que a sua Consciência guie e oriente a sua aplicação ou lhe forneça a intuição necessária;
- Retorne as mãos para o centro cardíaco e agradeça.

Joshin-Kokyu-Ho

- a) sente-se confortavelmente, coloque as mãos relaxadas no colo com as palmas viradas para cima;
- b) procure colocar bons pensamentos em sua mente;
- c) inspire lenta e profundamente pelo nariz, visualizando uma energia de cor branca entrando pelo topo de sua cabeça;
- d) direcione esta energia, junto com a respiração, até o ponto Tanden, situado três dedos abaixo do umbigo;
- e) retenha a respiração por 3-4 segundos, sinta a energia se irradiando por todo o seu corpo;
- f) expire lentamente pela boca, imagine que o ar e a energia, saem pelas mãos, dedos, pés e por todo o seu corpo.

Período de Purificação

- Após cada iniciação temos **um período de 21 dias** nos quais o grande volume de energia recebido atuará de forma mais acelerada, limpando, equilibrando e harmonizando o nosso sistema energético;
- Neste período alguns sintomas podem ocorrer de forma leve ou intensa, variando de pessoa para pessoa e do momento em que cada está vivendo;
- Podemos listar: sono intenso, falta de sono, muita ou pouca fome, diarreia, melancolia, momentos de alegria ou tristeza, pensamentos repetitivos, lembranças e memórias que afloram, entre outros.

É aconselhável que durante o período de purificação o reikiano efetue a auto-aplicação, o que minimizará os efeitos adversos e permitirá que a energia seja absorvida de forma mais eficiente.

Efeitos do Período de Purificação

- Durante o período de limpeza a energia da iniciação trabalha vários aspectos do novo reikiano, o fluxo da energia recebida na iniciação segue assim:
- **do 1º ao 3º dia** – questões ligadas a realidade material, a vida física, vontade de viver, nível de energia, relacionamento com dinheiro e bens materiais, além de questões de afirmação pessoal. Estou aqui agora;
- **do 4º ao 6º dia** – questões relacionadas com a energia vital, sexual e criativa, com a capacidade de dar e receber prazer, permite um contato corporal maior com pessoas do sexo oposto;
- **do 7º ao 9º dia** – aspectos emocionais, relações com pessoas distantes, interações com outras pessoas;

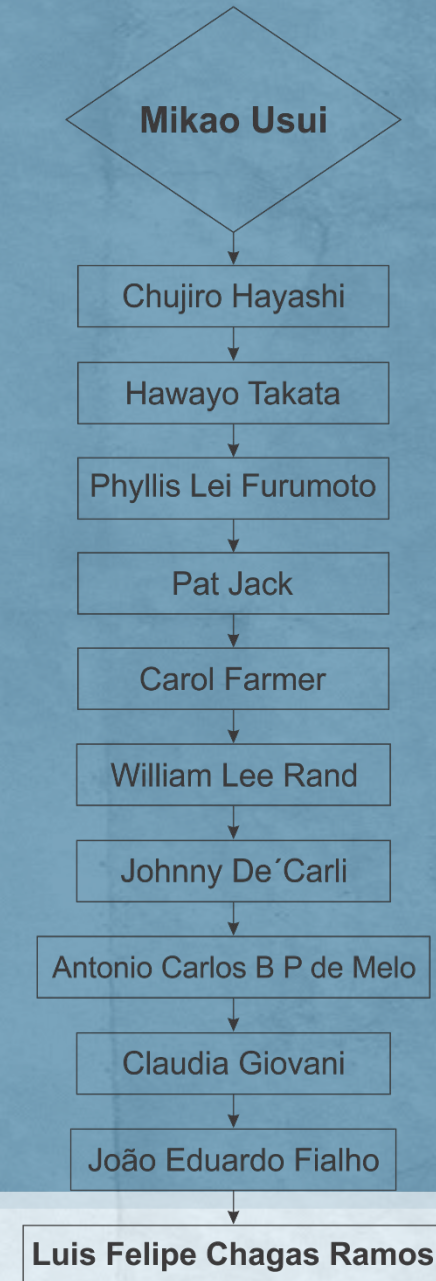
Efeitos do Período de Purificação

- **do 10º ao 12º dia** – relações de amor para com as pessoas, questões ligadas a amar e ser amado;
- **do 13º ao 15º dia** – questões referentes a nutrição, dar e receber, ao falar e se comunicar, a assumir a responsabilidade pelas nossas necessidades pessoais;
- **do 16º ao 18º dia** – aspectos mentais, nossa forma de enxergar a vida e o Universo, as nossas crenças;
- **do 19º ao 21º dia** – aspectos espirituais, ligação com nosso Eu Superior, com Deus.

Linhagem

- A linhagem é a linha de transmissão de energia através da qual o Reiki chegou até você;
- Indica quais os mestres foram responsáveis pelas iniciações que culminaram com a sua;
- No certificado que eu forneço a meus alunos consta a minha linhagem e também no Blog: [reikipro.wordpress](http://reikipro.wordpress.com) onde ela pode ser consultada a qualquer tempo e está atualizada.

Reiki Usui Tibetano
Mestrado - 15 Julho de 2008



Tarefa do reikiano Nível II

- Após a iniciação do nível II e a vivência dos 21 dias de purificação o reikiano pode começar uma atividade muito importante: **a limpeza do seu passado**. Isto é feito através da **Técnica da Redução**;
- É um processo de envio de Reiki para o passado, para situações tensas, conflituosas, situações que deixaram alguma energia estagnada, alguma situação mal resolvida ou mesmo situações normais do dia a dia que podem vir à tona com algo para ser purificado;
- Existem três formas de efetuar este processo:
 1. **De forma racional** – use um caderno e faça uma lista de todos os momentos de sua vida que precisam de uma purificação energética. Em seguida comece o envio de Reiki para estas situações uma após a outra. Podem ser necessários vários envios para limpar completamente uma situação;
 2. **De forma intuitiva** – lentamente o reikiano vai lembrar de situações do passado e a medida que isto for ocorrendo ele vai efetuando o envio do Reiki. Às vezes é útil fazer uma anotação, pois a lembrança pode ser bem sutil e acabamos esquecendo;
 3. Uma **combinação das duas** anteriores.

Clique para assistir um vídeo sobre a tarefa.

Informações Adicionais

- A seguir relaciono uma série de assuntos que não pertencem ao Reiki, mas promovem uma ampliação dos conhecimentos do reikiano:

Chakras, nádis e meridianos	Meditação	Cristais e pedras
Mediunidade	Mudrás	Asanas
Mandalas	Astrologia e signos	Tarô e oráculos
Re-encarnação, Regressão de vidas passadas	Radiestesia e Radiônica	Aura, corpo energético, duplo etérico e campo de energia humano
Experiências fora do corpo - OBE - out-of-body experiences	Mestres e amparadores espirituais	Livros de Carl Jung, Ken Wilber e Wilhelm Reich
Xamanismo	Acupuntura	Qi Gong, Chi Kung
Mantras	Koan	Yoga
Ho'oponopono	EFT e TFT	Orgonites
Tai Chi Chuan	Falun Dafa	Florais

Material de Apoio

- O conteúdo desta apostila tem como complemento:
 1. Material em texto do Blog: www.reikipro.wordpress.com
 2. Material em vídeo do [Canal do Youtube](#)
- E aqui a [playlist](#) do nível II.

Bibliografia Específica sobre o Reiki - Nível II

1. Isto é Reiki. Frank Arjava Petter. Editora Pensamento, 2013;
2. O Grande Livro dos Símbolos do Reiki. Mark Hosak e Walter Lübeck. Pensamento, 2004;
3. Reiki: Sistema Tradicional Japonês. Johnny De'Carli. Madras, 2003;
4. Reiki Essencial. Diane Stein. Pensamento, 1995;
5. Reiki Universal. Johnny De'Carli. Madras, 2006;
6. A Técnica de Reiki do Dr Hayashi. Frank Arjava Petter, Tadao Yamaguchi, Chujiro Hayashi. Pensamento, 2005;
7. Rainbow Reiki. Walter Lübeck, 1994;

8. O Fogo do Reiki. Frank Arjava Petter. Pensamento, 2005;
9. A Magia do Reiki. Christopher Penczak. Pensamento, 2004;
10. As mais belas técnicas de Reiki. Walter Lübeck, Frank Arjava Petter. Pensamento, 2004;
11. Reiki Interior, guia prático para cura e meditação. Tanmaya Honervogt. Pensamento;
12. El Espiritu de Reiki. Walter Lubeck, Frank A. Petter e William L Rand. Uriel Satori Editores, 2007;
13. A Deusa da Compaixão e do Amor. John Blofeld. Ibrasa, 1994;
14. Karuna - Um dos Mais Belos Ramos da Árvore do Reiki. Sandra e Jorge Ramos. Dinalivro, 2010.

Bibliografia Geral

1. **Mãos de Luz.** Barbara Ann Brennan. Pensamento, 1987;
2. Luz Emergente: A Jornada da Cura Pessoal. Barbara Brennan. Pensamento, 1987;
3. A Profecia Celestina. James Redfield. Objetiva;
4. Mudrás. As mãos como símbolo do cosmos. Ingrid Ramm-Bonwitt. Pensamento, 2007;
5. A promessa de cura do Qi. Roger Jahnke. Cultrix, 2005;
6. Éden. Queda ou Ascensão? Ken Wilber. Verus, 2010;
7. **A Consciência sem Fronteiras.** Ken Wilber. Cultrix. Só em sebos.
8. O Poder do Agora. Eckhart Tolle. Sextante, 2002;
9. **Limite Zero.** Joe Vitale e Ihaleakala Hew Len. Rocco, 2207;
10. A doença como caminho. Thorwald Dethlefsen e Rüdiger Dahlke. Cultrix, 1983;

Observações Finais

Apresentação elaborada por: **Luis Felipe Chagas Ramos**

Fone: 55.47.9.9993.7319 (Claro - Whatsapp) - E-mail: lfcramos@gmail.com

Blog: www.reikipro.wordpress.com

Notas:

1. O Reiki **não deve substituir** um tratamento de saúde convencional;
2. O conteúdo desta apresentação pode ser reproduzido, solicito citar o autor;
3. O material da apresentação pode ser complementado com exposição oral ou em videoconferência;
4. Assistir ou ler a apresentação **não forma um reikiano**, procure um mestre em Reiki para realizar a sua iniciação;
5. Apresentação elaborada para leitura em: computador, tablet ou smartphone. Evite a impressão, **poupe papel**;
6. Esta apostila está em constante revisão (Kaizen) e qualquer sugestão ou dúvida entre em contato.



Sobre o Autor

Luis Felipe Chagas Ramos

- Técnico em Eletrônica pela EEAR, formado em Administração de Empresas na UFRGS com Pós-Graduação em Tecnologia da Informação pela Uniasselvi;
- Reikiano desde 2007;
- **Mestre em Reiki Usui Tibetano** desde 2008;
- Mestre em diversos Sistemas de Energia tais como: Karuna Ki, Celta, Shamballa e Amadeus;
- Artesão;
- Terapeuta Holístico;
- Radiestesista.

Revisão: 1.5 - Jun 2019